



МЕНЮ
9 сентября 2024 г.
Сад 12

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* геркулес "экстра", вода питьевая, *молоко паст. 3,2% жирн., *сахар , *соль , *масло сливочное 72,5%)	180/3	4,71	6,30	17,92	147,89	0,47
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,01	36,59	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	7	0,04	5,78	0,06	52,43	0,00
Итого			400	7,29	12,38	41,72	308,31	0,50
II Завтрак								
2008	442	** СОК НЕКТАР ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ (*сок, нектар)	180	0,95	0,24	17,74	77,73	1,44
Итого			180	0,95	0,24	17,74	77,73	1,44
Обед								
2010	13	*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗД. С МЯСОМ (*макаронные изделия , *морковь, *лук , *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, * мясо свинина , * зелень сушеная)	180	5,29	10,23	10,98	157,36	0,73
2010	59	*ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ (* мясо свинина , *мясо говядина, * батон , *лук , *чеснок, *соль , *сухари панировочные, *масло подсолнечное)	70	10,81	16,93	13,25	248,69	0,31
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ (*рис, вода питьевая, *соль , *масло сливочное 72,5%)	130	3,72	4,18	39,12	209,01	0,00
	ТК№015	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	30	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,57	46,28	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			630	22,71	31,69	92,66	747,12	2,24
Уплотненный полдник								
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3,2% жирн., *соль , *масло сливочное 72,5%)	150	15,16	19,95	2,89	251,90	0,24
к/к	к/к	* ГОРОШЕК консервированный (*горошек консервированный)	30	0,90	0,06	1,89	11,64	1,20
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	180	0,14	0,00	9,01	36,59	0,03
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			390	18,60	20,31	28,52	371,53	1,47
Всего				49,55	64,62	180,64	1 504,69	5,65

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 29"

/Молчанова Ю.А./

МЕНЮ

9 сентября 2024 г.

Ясли 12



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* геркулес "экстра", вода питьевая, *молоко паст. 3,2% жирн., *сахар , *соль , *масло сливочное 72,5%)	150/2	3,98	4,81	14,97	119,62	0,40
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,43	29,93	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 72,5%)	6	0,03	5,16	0,05	46,75	0,00
Итого			333	6,09	10,22	34,73	255,80	0,42
II Завтрак								
2008	442	* СОК для детского питания (*сок для детского питания)	150	0,80	0,20	14,82	64,94	1,20
Итого			150	0,80	0,20	14,82	64,94	1,20
Обед								
2010	13	*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗД. С МЯСОМ (*макаронные изделия , *морковь, *лук , *масло подсолнечное , вода питьевая, *соль , *лавровый лист, * мясо свинина , * зелень сушеная)	150	4,47	8,26	9,46	130,10	0,51
2010	59	*ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ (* мясо свинина , *мясо говядина, * батон , *лук , *чеснок, *соль , *сухари панировочные, *масло подсолнечное)	60	9,49	14,70	11,68	216,86	0,29
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ (*рис. вода питьевая, *соль , *масло сливочное 72,5%)	110	3,13	3,45	32,94	175,31	0,00
	ТК№0 15	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	20	0,16	0,00	0,52	2,80	0,80
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты , *сахар , вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,47	33,86	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб черный)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			520	19,24	26,67	75,79	620,12	1,60
Уплотненный полдник								
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйца куриные (шт.), *молоко паст. 3.2% жирн., *соль , *масло сливочное 72.5%)	130	12,90	16,87	2,47	213,48	0,20
к/к	к/к	* ГОРОШЕК консервированный (*горошек консервированный)	20	0,61	0,04	1,28	7,87	0,81
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар)	150	0,08	0,00	7,43	29,93	0,02
2008		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			330	15,99	17,21	25,91	322,68	1,03
Всего				42,12	54,30	151,25	1 263,54	4,25

Старшая медсестра

Рогова З.Н.

Шеф-повар

Стояновская И.В.